Le Cygne du Squash

Asso Squash du Cygne
Mensuel - Numéro 9
Octobre 2004

La brève :
« Plus on pédale moins fort, moins on avance plus vite »
à méditer… (Coluche)

Sommaire

Spécial rentrée

- **Chronique de Dom (p.2)**
- **Journée des associations (p.3)**
- **Agenda : Les activités de l'association (p.4)**

Mais Aussi …

- **Tournoi Squash 95 : venez nombreux (p.7)**
- **Open Ladies Air France (p.5)**
- **Ludo : Le stage ! (p.6)**
- **Communications spéciales (p.8)**

Le mot de la Présidente

Bonjour à tous et à toutes,
La saison 2004-2005 commence bientôt (nos premiers matchs en Coupe de Paris vont démarrer le 5 octobre) et c'est avec un grand plaisir que j'accueille une deuxième équipe féminine dans nos rangs. Cette année le Squash du Cygne va être représenté en Coupe de Paris par 6 équipes hommes et 2 équipes femmes, et nos deux équipes fanions vont participer au Championnat de France. (Deuxième division femmes et troisième division hommes.)
Vous pouvez suivre non seulement les résultats de toutes nos équipes (merci Wilfried et Brice) mais aussi les événements que l'Association organisera, sur les panneaux d'informations (rouge) à l'entrée du club. Le calendrier de tous les matchs à domicile est déjà affiché, donc venez nombreux pour regarder de jolis matchs et participer aux discussions d'après match de « stroke », « let », ou « no-let ».

Vous avez tous reçu le calendrier des évènements (une copie est affichée sur les panneaux d'informations). Si vous voulez que ces évènements aient lieu, inscrivez vous à temps (surtout les sous, mes petites canailles) en suivant la procédure que vous trouverez plus loin dans la gazette.
Je tiens à remercier toute l'équipe de l'Association, du travail important effectué en avant saison afin de commencer celle-ci au mieux, et particulièrement aux membres qui ont fait un formidable travail le 12 septembre pour la journée des Associations d'Enghien.
Je vous souhaite que des victoires, pas de blessures et beaucoup de fair-play pour la saison à venir.
Sportivement, votre Présidente, Maureen

Si vous voyez le chien, Mme la Présidente n'est pas loin !

La chronique de Capt'N Dom

<u>NDLR :</u> Spécial grincheux, râleurs et autres bougons : lisez attentivement ces quelques lignes et mettez les en pratique, vous avez tout à y gagner. Vous remercierez bientôt les conseils et la sagesse féminine (pour ceux qui ne le saurait pas, capt'n Dom n'est autre que la chef de la redoutable bande des filles qui évolue en première div. !)

N'oubliez jamais que notre sport est une école de respect à l'égard d'autrui. A ce sujet voici quelques recommandations qui tout au long de l'année vous permettront d'apprendre un peu les règles du jeu qui paraissent si difficiles à interpréter.

Aujourd'hui, sans entrer dans les détails précis des règles que je vous donnerai au fil de l'année, je vais insister tout particulièrement sur le RESPECT ET LE FAIR-PLAY qu'impose le JEU DU SQUASH, car il s'agit surtout de pratiquer une activité sportive extrêmement ludique mais qui peut devenir dangereuse si vous n'avez pas en permanence à l'esprit ces principes de base

- Ne jamais jouer la balle si votre adversaire (ou partenaire de jeu) est dans votre champ de frappe (Balle dans l'œil = hôpital immédiat + chambre noire pouvant aller jusqu'à la perte de l'acuité visuelle.)
- Ne jamais exécuter votre geste de frappe si vous penser toucher votre adversaire avec votre raquette (Il m'est souvent arrivé de réparer des arcades sourcilières et de poser des sacs de glace…)
- Ne jamais percuter violemment l'autre joueur pour atteindre la balle
- Ne jamais jeter votre raquette de rage
- Ne jamais insulter votre adversaire (même si c'est une pratique courante dans l'enceinte de notre cher club entre les meilleurs amis du monde…)

Bien, en résumé, le squash qui a été développé par nos amis anglais est bien plus adapté à leur tempérament qu'au notre. Cela ne nous empêche pas de faire des efforts pour que notre comportement ne transforme pas le court en ring.

Alors stoppez les échanges qui peuvent être dangereux et remettez le point, plus tard pour les nouveaux joueurs ou ceux qui ne connaissent pas encore bien l'arbitrage, j'essaierais de vous apprendre la différence entre les « LET » qui ne font que remettre l'échange sans modification du score et les « POINT ou STROKE » qui changent le cours du comptage des points.
En attendant, MAITRISEZ-VOUS ET AMUSEZ-VOUS BIEN !

DOM

Journée des Associations

Dans l'ombre de vos séjours sur les planchers du squash du Cygne, mais aussi des jolis arbres qui jonchent les parcours de golf qui vous sont proposés lors de sorties annuelles et à bien d'autres occasions encore, se tapie l'association du Cygne. Elle œuvre quasi quotidiennement pour assurer la bonne intégration des nouveaux arrivants comme au maintien du confort des plus anciens. Alors : « faut la choyer la bête ! »
Ainsi, comme chaque année, était organisée le 12 septembre la journées des associations d'Enghien et de Montmorency : Témoignage de Christian R.…

BRAVO L'ASSO !!!

Une journée ordinaire de joueurs de squash qui aiment leur club envers et contre tout.

7h30 Réveil.
7h45 Préparation du paquetage.
8h00 Laurent m'appelle pour dire qu'il quitte sa douce et sa propriété.
8h15 Début de l'installation.
8h45 Laurent arrive avec le sourire, je sens une super journée commencer.
9h30 Après avoir enfin trouvé une prise de courant le long du lac, et sans tomber SVP, nous pouvons regarder nos DVD de vrais squasheurs et écouter de la musique, mais notre grand cœur a craqué devant la demande de courant d'une asso de spectacle (Léonard au château d'Ecouen, d'ailleurs c'est super je l'ai vu) et de la croix rouge (on ne sait jamais).
10h00 Début du forum, les visiteurs se précipitent sur la buvette pour un petit café bien chaud.
Nous avons compté avec LOLO et Wilfried, ils étaient 4 ; enfin moi je dis 5; après une heure de discussion nous avons conclu qu'ils n'étaient pas assez nombreux.
Il est important de dire que ceux avec qui nous partageons le stand sont des tri-athlètes, vous imaginez !
Des gars débarquent en vélo à fond la caisse, et comme l'a répété Lolo toute la journée nous n'avons pas le même profil.
11h00 Dom nous rejoint, peut-être avant d'ailleurs. Arrivent enfin nos premiers visiteurs, apparemment des lèves tôt.
12h00 Les allées s'animent, le maire nous fait un petit coucou rapide.
L'après midi se déroule avec des visites et l'arrivée de Zaz.
Nous mangeons des pizzas très très bonnes avec un coca (sportifs obligent).
Les demandes sont assez nombreuses, pourvu que ça marche.
Ludo nous fait un passage remarqué sur le stand, car il répond avec facilité aux visiteurs.
Merci encore pour l'aide.
Ma très chère fille accompagnée de son association "les arts de rue" fait une petite démonstration devant le stand avec musique.
18h00 La fin de la journée arrive, tout le monde aide au rangement. Nous nous retrouvons au club ou JC nous offre une bière.
Les membres de l'asso ayant participé ou venus dire un petit bonjour sont :
Laurent T., Wilfried, Zaz, Dom, Brice, Ludo, Gouss, Jef « casino », Sylvain, Christian.
S'il y en a d'autres, qu'ils veuillent bien m'excuser.

Conclusion : journée très sympa, les membres de l'Asso qui ont participé à cette animation, soit sur le stand, soit au Club pour accueillir les visiteurs, ont fait avec cœur un travail bénévole formidable, nous espérons des retombées pour le club.

Christian & Dom.

Activités

Comme vous pouvez le constater depuis maintenant quatre pages que vous lisez, vos humbles serviteurs de la gazette et de l'association se sont remis au travail. On vous confirme donc : la rentrée est digérée… c'est reparti ! Il est donc temps pour vous de sortir vos agendas car parmi les tournois que vous vous êtes planifiés pour parfaire votre classement, il va falloir caser 3 dates « détente » : Golf, Tarot et Week-end Center Parc.

Inscrivez-vous vite sur les dossiers disponibles sur le trépied du club ou au 01 48 41 15 15.
Le règlement des activités se fait auprès des membres du bureau (Zaz ou Wilfried, Maureen, Laurent) et dans les conditions particulières indiquées dans chaque dossier d'inscription mis à votre disposition au club.

samedi 23 Octobre (matin)

JOURNEE GOLF A ABLEIGES(95) :
Accueil
2h de leçons avec un prof
Ou un parcours de 9 trous en équipe de 4
Repas : apéritif + plat + dessert + café + 1/4 de vin

annulé - manque de participants

Prix par personne 55€

samedi 30 Octobre

SOIREE TAROT :
19h00 à 1h00 du mat'
Ketmia offert par l'asso
Jeu + tapis fournis par l'asso
Pose dîner vers 21h00
Restauration (tarif spécial soirée tarot) prévu sur place

10€ par personne

DU 19 AU 21 Novembre

WEEK-END CENTER PARC :
Cottage premier pour 8 personnes en chambre double
tarifs indicatifs par personne :

1.	Voyage	25€
2.	Repas	60€
3.	Activité	80€
4.	3 nuits + petit déjeuner	88€

Activités possibles sur place : squash, golf, piscine, vélo, etc…

à partir de 250€ par personne

Open Air France

<u>NDLR :</u> ça y est, c'est la rentrée, et ce coup ci, c'est vraiment parti ! Une fois de plus c'est les filles qui nous montrent la voie à suivre. Alors que les gens sont encore à l'entraînement ou au bar (et là je pense qu'en fin de saison nous devrions encore être dans les équipes de tête), les filles du Cygne brillent lors du 1er tournoi d'île de France d'octobre. Ci-dessous, un petit résumé en direct du Domaine de Lassy d'une consultante de choix : Capt'n Dom

Sympa l'Open Fille Air France
(le 2 et 3 octobre 2004)

D'accord un peu intimiste, car nous n'étions que 12 ; mais c'était prévu ;

<u>Vendredi</u> petit repas entre joueuse du 1er tour ; et bien sur ça s'est éternisé.

<u>Samedi</u>, grosse journée, 3 matchs par personne , les duels sont souvent fratricides mais serrés, ce qui donne des superbes empoignades. Le must fût Momo contre Pat notre numéro 1 ; quelle belle démonstration, mais nous avions aussi la visite de Séverine P ; 2A de St Maur et de Carole D. 2B, de Gravelines venue pour l'occasion.

Les autres filles du club, Stéphanie, Caroll et Dom n'ont pas démérité.

Résultat : 1 Pat, 2 Carole, 3 Momo, 4 Séverine, 5 Stéphanie, 6 Dom, 7 Caroll et 8 Nath d'Air France. Et tout est bien qui fini bien par une soirée bien arrosée et très joyeuse.
Bravo l'organisation, nous reviendrons.

Dom

Stage de Ludo

Le Cygne a sorti l'artillerie lourde côté entraînement cette année, mauvais résultats interdits car transferts de compétences talentueuses en vue…

A ce propos, notre poète des cours, notre magicien de la p'tite balle à points jaunes est de retour, Ludovic LEBRETON vous propose des stages pour que le squash soit pour vous plus qu'un sport, plus qu'une passion, pour qu'il devienne une belle évidence.

Dur, dur, le stage ! ! !

Voici sûrement un des derniers samedis ensoleillés, mais nous avons quand même décidé de nous enfermer sur un court de squash ; allez savoir à quoi pense un squasheur (à pas grand chose).

Juste avant le début du stage nous ne dérogeons pas à un café sur la terrasse.

11h00 Nous sommes huit répartis sur trois terrains et les premiers exercices servent plutôt à retrouver du toucher (enfin pour ceux qui en avaient un !) sans se faire mal aux jambes. Trop tard - il est midi et déjà nous souffrons. Avec un grand sourire, Ludo nous explique que l'après-midi ça sera pire ! ! ! !

13h00 Ouf! - la matinée de finie, avec la satisfaction d'avoir bien travaillé. Nous méritons une pause déjeuner.
Apéritif pour certains, bière et jus de fruit pour les autres, étalés sur la
terrasse au soleil, suivi du déjeuner en regardant Lincou contre Nicoll à la télé (DVD).
Peut-être une motivation pour repartir l'après-midi.

15h15 Nous reprenons pour des exercices de déplacement, de tactique et, comme prévu, nous avons mal à ''nos petites pattes arrières''.

17h15 Le stage se fini au bar, tout le monde semble heureux d'avoir participé au premier stage de l'année et pense pouvoir appliquer tous les conseils dès le premier match de championnat.

Le prof est satisfait de ses élèves et prépare déjà son prochain stage.

Merci M. Ludo.

Un licencié bien fatigué …

Le prochain stage de Ludo aura lieu le samedi 6 novembre 2004.
Inscrivez-vous, dès maintenant, au club (01 48 41 15 15)

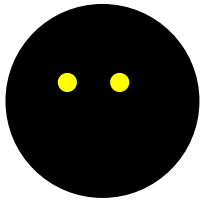
L'A.S. SQUASH 95

Les 15,16 et
17 octobre
2004

SQUASH 95
CLUB de St-OUEN L'AUMONE

INSCRIPTIONS à partir du 01/10/2004… 20 €…Clôture le 12/10/2004 à 20h00

Venez nombreuses et nombreux !



Tournoi à lots toutes catégories
Hommes (48 places) et Femmes (16 places),
homologué FFS et réservé aux 1ers inscrits.
Début des matches le 15/10/2004 à 19h.
Finales et remise des lots le 17/10/04 vers 16h
suivies du pot de l'amitié.
Une tombola sera également organisée
Avec de nombreux lots à gagner.

Renseignements et réservations à SQUASH 95

01.34.64.50.50

Juges Arbitres : Laurent MEYER / Florent COMMENAY

Règlement par chèque à l'ordre de « **A.S.SQUASH 95** » sur place
Ou par courrier à 10 chemin de la surprise 95 000 CERGY

OLIVER®

Pour venir au Squash 95 de Saint-Ouen L'aumône :
Prendre l'autoroute A15, sortie N°7 → N184 Beauvais, puis la 3ème sortie au Courtepaille, le club se trouve à 200m en face de la station ESSO de la ZI des Béthunes. Rendez-vous avenue de Bourgogne.

2 précisions du Bureau

1 : Mode d'emploi des profs de cette saison.

Thierry Scianimanico : s'occupe des entraînements des équipes hommes,
de l'école des jeunes,
des cours particuliers.

Ludovic Le Breton : s'occupe des entraînements des 2 équipes femmes,
de l'équipe 1 homme
des stages (à priori il y fera un stage tous les deux mois).
Ludo ne peut pas donner des cours particuliers au Squash du Cygne – donc à vous de voir avec lui.

2 : Week-end de ski (les 12-13 mars 2005).

Certains parmi vous ont reçu un mail concernant un week-end de ski les 12 et 13 mars prochains. Comme on m'a posé plusieurs questions, je tiens à vous préciser que l'Association ne veux pas organiser ce week-end tout simplement parce qu'il y a le Championnat de Ligue Vétérans Individuels qui se passe chez nous en même temps.

Pour ceux qui partent, bon ski et pour ceux qui squashent bons matchs

Mme la Présidente

Tournois

octobre :

9-10 :	Open n°1 St-Cloud	01-46-02-70-00

Novembre :

19-21 :	Open Stade Français Scalp	01-40-71-33-33
	Open de l'OS Sannois	01-34-10-98-42
26-28 :	Open du Cygne	01-48-41-15-15